MINDFUL MUSLIMA

Dein Weg zum Hijab

EINE REISE ZU INNEREM FRIEDEN

Eine Motivation und Ermahnung für die muslimische Frau

Dein Weg zum Hijab: Eine Reise zu innerem Frieden

Ein Motivation und Ermahnung für die muslimische Frau

@mindfulxmuslima

Über die Autorin:

Als seit 2010 konvertierte Muslima aus Österreich, die ihren Namen vorerst anonym hält, widmet sich die Autorin leidenschaftlich dem Wohlbefinden muslimischer Frauen. Unter dem Namen „mindfulxmuslima" richtet sie ihren Fokus auf die ganzheitliche Entwicklung von Körper, Geist und Seele. Ihr tiefes Interesse an Psychologie, Gesundheit, Ernährung und spiritueller Entwicklung hat sie durch kontinuierliche Weiterbildung und fundierte Expertise vertieft, sodass sie heute als islampsychologische und gesundheitliche Beraterin für muslimische Frauen tätig ist. In ihrer Arbeit begleitet sie Frauen auf ihrem Weg zu mehr innerer Balance, Selbstverwirklichung und Wohlbefinden – stets im Einklang mit islamischen Prinzipien. Ihre Schwerpunkte umfassen Ernährungsberatung, die Reinigung des Nafs, Deen-Mindset-Entwicklung, Selbstentwicklung sowie islampsychologische Aspekte. Dabei legt sie besonderen Wert darauf, Frauen dabei zu unterstützen, sowohl ihre seelische als auch ihre körperliche Gesundheit zu stärken und ein erfülltes, ausgewogenes Leben als muslimische Frau zu führen. Durch stetige Weiterbildung und persönliche Reflexion erweitert sie kontinuierlich ihr Wissen, um Frauen auf ihrem individuellen Lebensweg bestmöglich zu begleiten und ihnen praktische, nachhaltige Lösungen für ihr allgemeines Wohlbefinden zu bieten.

Autor: mindfulxmuslima
Korrekturlesen: mindfulxmuslima
Erstellt: 2025

Layout: Johann-Christian Hanke, www.jchanke.de

Weitere Informationen auf:
Instagram: mindfulxmuslima

Haftungsausschluss

In diesem Buch können gewisse Praktiken eines islamischen Staates mit islamischer Rechtsprechung erwähnt werden, was durchaus nach deutschen Maßstäben missverstanden werden könnte. Keineswegs stellen diese einen Aufruf zu jeglichen Handlungen dar. Vielmehr ist es eine Aufklärungsarbeit, um Missverständnisse und Vorurteile abzubauen. Alle geteilten Inhalte dienen lediglich nur zur Information und für die Erweiterung des islamischen Wissens. Dafür ist es unabdingbar über die islamische Sichtweise zu berichten. Ebenso distanzieren wir uns von jedweder Gruppierung und mit den privaten Interessen der Gelehrten, die in diesem Buch erwähnt werden, befassen wir uns ebenfalls nicht.

Vorwort

Alles Lob gebührt Allah, dem Herrn der Welten. Wir lobpreisen Ihn, bitten Ihn um Hilfe und Vergebung. Wir suchen Zuflucht bei Ihm vor dem Übel unserer sündhaften Taten. Wen Allah rechtleitet, den kann niemand irreleiten und wen Er irreleitet, für den gibt es niemanden, der ihn rechtleiten kann. Ich bezeuge, dass es keine anbetungswürdige Gottheit gibt außer Allah und ich bezeuge, dass Muhammad (Friede und Segen sei auf ihn) sein Diener und Gesandter ist. Friede und Segen sei auf dem edelsten Propheten und Gesandten, unserem Propheten Muhammad, auf seiner edlen und gereinigten Familie und seinen vorzüglichen Gefährten.

Unser Leben ist eine Reise voller Prüfungen, Herausforderungen und Gelegenheiten zum Wachstum. Jeder von uns trägt seine eigene Geschichte in sich – geformt durch Erfahrungen, Zweifel, Rückschläge, aber auch durch Hoffnung, Erkenntnis und persönliche Entwicklung.

In den letzten Jahren durfte ich viele Erkenntnisse sammeln, die mir geholfen haben, meinen Blick auf das Leben, den Islam und das persönliche Wohlbefinden zu erweitern. Mein Weg begann mit einem starken Fokus auf Strenge und Prinzipien, doch mit der Zeit erkannte ich, dass wahre Veränderung nicht allein durch Regeln, sondern durch tiefes Verständnis, Empathie und eine ganzheitliche Betrachtung des Menschen geschieht.

Ich lade euch ein, diesen Weg mit mir zu gehen – einen Weg der Reflexion, der Selbstfindung und der bewussten Veränderung. Mein Ziel ist es, muslimischen Frauen und der gesamten Ummah Werkzeuge an die Hand zu geben, um sich in dieser herausfordernden Zeit wieder mit ihrer Fitrah zu verbinden und in Körper, Geist und Seele zu wachsen.

Unser Glaube bietet die goldene Mitte – fern von Extremen und Ideologien, die unsere natürliche Balance stören. Doch oft fehlt es an Wissen, Unterstützung und Orientierung. Ich möchte einen Raum schaffen, in dem wir gemeinsam lernen, uns weiterentwickeln und aus dem Islam heraus Lösungen für unsere täglichen Herausforderungen finden.

Diese Gedanken und dieser Neuanfang sollen uns alle ermutigen, bewusster zu leben, die Kontrolle über unser Nafs zu gewinnen und ein gesundes, islamkonformes Leben zu führen. Denn wahre Stärke liegt nicht in Perfektion, sondern in der bewussten Entscheidung, sich immer wieder Allah zuzuwenden und mit innerer Überzeugung zu wachsen.

Ich danke euch für eure Geduld, eure Offenheit und eure Unterstützung. Möge Allah uns alle rechtleiten und uns helfen, ein Leben in Balance und Zufriedenheit zu führen.

Alles Lob gebührt Allah, dem Herrn der Welten.

INHALTSVERZEICHNIS

Einleitende Worte 7

Der wahre Sinn des Lebens 9

Zwischenstation: Packe deinen spirituellen Koffer 10

Probleme auf der Reise: Problem erkennen, Ursache finden und Lösung 12

Waswasa – Negative Gedanken vs. Positive Gedanken 14

Du bist eine Motivation und Bereicherung mit deinem Hijab 17

Die positiven Seiten des Hijab 19

Trage den Hijab für Allah, nicht für die Menschen 21

Die Niyyah (Absicht) 22

Blicke der Wahrheit ins Auge 24

Unterschied zwischen „verurteilen“ und „beurteilen“ 28

Gemeinsam motivieren und ermahnen 29

Der Niqab: Eine vergessene Pflicht? 33

Ein Kampf gegen den eigenen Nafs 34

Beweise für den Niqab 35

Der richtige Blickwinkel 39

Tabarruj – eine gefährliche Falle 42

Die Kriterien des Hijab mit Beweisen 45

Checkliste für den Hijab 51

Abschlussworte 53

Einleitende Worte

Die Herausforderungen des Lebens können sich manchmal so erdrückend anfühlen, dass es schwer wird, einen Ausweg zu sehen. Vielleicht hast du auch schon Tage erlebt, an denen du völlig verzweifelt warst und nicht mehr wusstest, wie es weitergehen soll. Es ist, als wüsstest du nicht mehr, wem du gerecht werden musst – und dieser Gedanke kann einen wirklich überwältigen.

Als Frauen tragen wir ohnehin schon genug Lasten. In einer Welt, in der die Starken die Schwachen unterdrücken – sei es Frauen, Kinder oder Tiere – werden wir häufig belächelt, betrogen und hintergangen. Was noch schmerzhafter ist, dass wir den Hass und Neid auch von anderen Frauen erfahren. Es scheint, als würde der Druck von allen Seiten auf uns lasten. Oft können wir nicht einmal unter unserem eigenen Geschlecht zusammenhalten.

Dann gibt es die Gesellschaft, die ständig von uns verlangt, bestimmte Normen zu erfüllen. Doch gleichzeitig werden wir in unseren muslimischen Kreisen oft nicht wirklich ernst genommen. Für die einen sind wir zu streng im Glauben, für die anderen zu modern oder zu locker. Diese Kritik kommt immer, und sie wird uns von allen Seiten erreichen. Solange diese Welt existiert, wird es immer Menschen geben, die ihre eigene Unzufriedenheit auf andere projizieren – meist, weil sie von Allah entfernt sind.

Und dennoch wird so viel von uns erwartet. Wir sollen unabhängig, schön, eine gute Ehefrau, Mutter und Tochter und gleichzeitig erfolgreich sein. Wir sollen der Gesellschaft gerecht werden und zugleich dem Islam entsprechen. Und dazu kommt noch das Thema Hijab, das uns zusätzlich belastet. Es fühlt sich an, als ob die Welt ständig an uns zieht und uns in verschiedene Richtungen zerrt.

Aber in einer Welt, in der viele sich von Allah entfernt haben und nur noch ihre eigenen Rechte fordern, leiden unsere Geschwister, da niemand auf die Rechte des anderen achtet. Der Prophet Muhammad (salallahu alayhi wa sallam) betonte in seiner Abschiedspredigt immer wieder, wie wichtig es ist, dass Männer die Frauen gut behandeln. Unser edler Prophet, der beste Mensch, der je auf dieser Erde

existiert hatte, wusste, was er mit seinem edlen Charakter und seinem reinen Herzen sprach.

Doch das Wichtigste ist: *Wir müssen niemandem gerecht werden* – außer unserem Schöpfer. Du musst nicht versuchen, alle anderen zu befriedigen. Dein einziges Ziel sollte es sein, Allah zufrieden zu stellen.

Bevor du hier weiterliest, möchte ich dir eines sagen: Du bist nicht allein mit deinen Sorgen und Herausforderungen. Viele von uns fühlen sich genauso. Ich möchte dir einige ermutigende und vielleicht auch etwas ermahnende Worte, einzig allein aus Liebe zu Allah, mit auf den Weg geben, die, In sha Allah, dein Herz erreichen und dir auf deiner Reise des Hijabs beistehen.

Lass uns nun gemeinsam mit der Reise der Selbstreflexion beginnen.

Liebe Schwester,

Der Weg des Hijabs ist für viele eine der größten Prüfungen, die wir im Leben als Muslima durchmachen. Er ist mehr als nur ein Kleidungsstück; er ist ein Symbol für unsere Hingabe zu Allah, eine Herausforderung und gleichzeitig ein Schritt in eine tiefere Verbindung mit unserem Schöpfer. Der Hijab repräsentiert eine Entscheidung, ein Zeichen des Glaubens, das uns in der Gesellschaft oftmals mit vielen Herausforderungen und Fragen konfrontiert. In dieser Gesellschaft wird uns oft die Vorstellung vermittelt, dass der Körper der Frau ein Wertmesser für ihren Wert ist. Medien, Mode und Gesellschaft drängen uns, uns durch Äußeres und körperliche Erscheinung zu definieren. Doch Allah hat uns als Frauen eine einzigartige Würde und Stärke gegeben, die weit über das hinausgeht, was die Welt uns oft vorgibt.

Der wahre Sinn des Lebens

Bevor wir diese Reise der Gedanken antreten, erinnere dich stets daran, dass der wahre Grund, warum wir auf dieser Erde sind, einzig und allein darin besteht, Allah zu dienen. Das ist der tiefste Sinn unseres Daseins. Unsere Seelen haben einst bezeugt, dass wir an Allah glauben, und aus diesem Grund wurden wir in diese Welt geschickt. Hier sind wir, um geprüft zu werden – geprüft darin, wer unter uns wahrhaftig ist im Glauben und wer nicht.

Das wichtigste Ziel, das jeder Muslim stets vor Augen haben sollte, ist die Frage, wohin unser Weg führt: in die Hölle oder ins Paradies. Unser wahres Ziel ist das Paradies, doch am Ende gibt es nur zwei Möglichkeiten – entweder die Hölle oder das Paradies.

Allah sagt im Qur'an:

„Und Ich habe die Dschinn und die Menschen nur erschaffen, damit sie Mir dienen.“

(Quran 51:56)

Zwischenstation: Packe deinen spirituellen Koffer

Stell dir vor, das Leben ist wie eine Reise. Die Welt, in der wir gerade leben – die Dunja – ist der Zwischenstopp auf dem Weg in die eigentliche Bestimmung, das Jenseits, die Akhira. Dieser Moment, in dem wir uns jetzt befinden, ist eine Gelegenheit, die wir nutzen können, um uns auf die wahre Reise vorzubereiten. Wie bei jeder Reise, bevor du an dein Ziel kommst, planst du deinen Weg sorgfältig: Du packst deinen Koffer, kümmerst dich um alles Notwendige und stellst sicher, dass du mental darauf vorbereitet bist. Ebenso ist es im Leben. Die Dunja ist der Zwischenstopp, und die Akhira ist das Ziel, das wir erreichen wollen.

Packe deinen spirituellen Koffer:

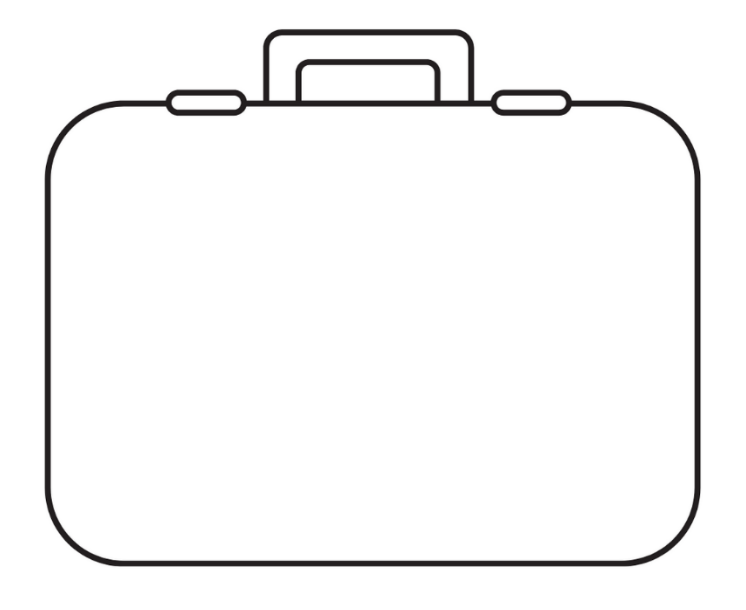
- Was hast du alles dabei?

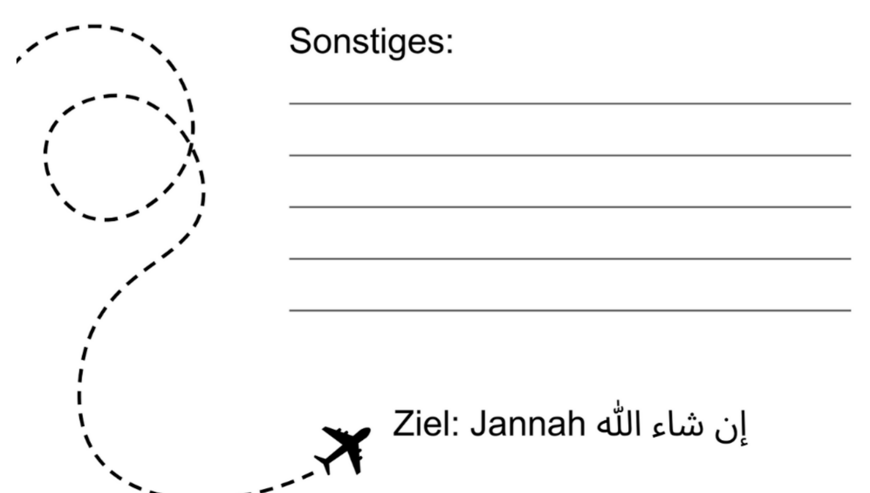
- Was fehlt dir noch, damit deine Ankunft im Jenseits reibungslos verläuft?

Diese Frage solltest du dir jeden Tag stellen. In deinem Koffer sollten mindestens die Pflichten enthalten sein, wie das tägliche Gebet, das Fasten und der Hijab. Aber auch gute Taten sind unerlässlich, denn im Laufe des Lebens wirst du viele Sünden ansammeln, die wie Steine auf deinem spirituellen Koffer liegen und es dir schwer machen können, gute Taten zu verrichten.

Achte darauf, dass du deinen Koffer immer wieder überprüfst und ihn mit Taten füllst, die dich deinem Ziel – der Akhira – näherbringen. Indem du mit reinem Herzen, Geduld und Hingabe handelst, wirst du dafür sorgen, dass du am Ende deiner Reise gut vorbereitet ankommst.

Packe deinen spirituellen Koffer





Probleme auf der Reise: Problem erkennen, Ursache finden und Lösung

Wie auf jeder Reise gibt es auch in dieser Welt immer wieder Probleme und Herausforderungen. Doch wenn du dich stets daran erinnerst, warum du diese Reise angetreten bist und das Ziel – das Paradies – immer vor Augen hast, wirst du die Schwierigkeiten leichter überwinden. Es ist entscheidend, dass du dich nicht von den Problemen ablenken lässt, sondern deine Energie und Konzentration immer auf das Ziel richtest. Wenn du dich ständig nur auf die Steine konzentrierst, die dir in den Weg gelegt werden, werden sie dich vom eigentlichen Ziel abhalten und dir den Weg versperren.

Lass dich nicht von deinen Problemen beherrschen. Denke daran, dass Allah derjenige ist, der dich die ganze Zeit sieht. Glaube nicht, dass Er sich nicht bewusst ist, wie du gerade leidest – sei es aufgrund deiner Bedeckung oder durch andere Prüfungen, die du durchmachst. Dein Schöpfer weiß immer, was du durchstehst, und sei dir bewusst: Allah wird dich niemals im Stich lassen.

Wenn du in einer schwierigen Situation bist, zieh dich zurück, nimm dir Zeit zum Nachdenken und mache Dua. Wie bei jedem Problem nimmt man sich Zeit, um nachzudenken und sich zu beruhigen, damit man am Ende eine Lösung finden kann, um die Reise fortzusetzen. Sprich mit deinem Herrn über deine Sorgen – genauso, wie du bei einem technischen Problem den Support rufen würdest. Warum also nicht denjenigen rufen, der für uns die beste Hilfe geben kann? Allah hört dir immer zu, und du musst nicht auf einen Termin warten. Dein Herr ist immer für dich da, und es gibt kein Problem, das Er nicht bewältigen könnte.

Allah sagt sei, und es ist.

1. **Wenn du dich niedergeschlagen fühlst, versuche, dich durch Ibadah zu stärken:** Steh in der Nacht auf und bete das Tahajjud-Gebet, faste, spende auf Allahs Weg, bete die Sunnah-Gebete und lese oder höre den Quran. Diese Handlungen helfen, dein Herz zu erweichen und dich Allah näherzubringen. Sie geben dir die Energie, weiterzumachen.

2. **Wenn du dich beruhigt hast und Allah um Hilfe gerufen hast, beginnt der eigentliche Teil:** Du hast erkannt, dass es ein Problem gibt. Jetzt musst du die Ursache finden und beseitigen. Schau um dich herum: hast du schlechte Freunde? Einen schwierigen Arbeitsplatz? Oder ist ein bestimmter Ort oder die Familie die dich davon abhält, deinen Hijab zu tragen. Oder sind es eigentlich nur deine eigenen Gedanken und Ängste? Finde die Ursache und arbeite daran

Merke - Der Schlüssel liegt immer darin:

a) das Problem zu erkennen
b) Ruhe zu bewahren
c) Allah um Hilfe zu bitten
d) die Ursache zu finden
e) und dann eine Lösung zu suchen

Oft sind es nur kleine Dinge, die wir ändern müssen, aber wir müssen bereit sein, sie zu ändern.

Versuche, die Hindernisse mit Allahs Hilfe zu beseitigen und Lösungen zu finden, die dir den Weg erleichtern. Mach dir bewusst, dass die Hindernisse, die dir im Weg stehen, nicht unüberwindbar sind. Mit Vertrauen auf Allah und einer entschlossenen Haltung kannst du sie überwinden und deinem Ziel näherkommen.

Schreibe hier deine Gedanken auf, was dich gerade vom Hijab abhält:

Problem erkennen:

Ursache finden:

Lösung finden:

Indem du dich diesen Fragen stellst und aktiv nach Lösungen suchst, wirst du dem Ziel, Allah zu gefallen, immer näherkommen und den Hijab in deinem Leben fest etablieren.

Waswasa – Negative Gedanken vs. Positive Gedanken

Oft ist es die Waswasa (die negativen Einflüsterungen des Shaytan), die uns in die Irre führt. Der Shaytan versucht uns immer wieder zu flüstern:

- *„Wenn du den Hijab trägst, wirst du Schwierigkeiten im Leben haben."*
- *„Wenn du den Hijab trägst, wird deine Familie dich verlassen."*
- *„Du wirst beleidigt."*

- *„Was passiert, wenn du mit den Kindern rausgehst und den Hijab oder Niqab trägst und vielleicht angegriffen wirst?“*

Doch in solchen Momenten ist es wichtig, sich bewusst zu machen, dass diese Gedanken vom Shaytan kommen. Der Schlüssel ist, Zuflucht bei Allah zu suchen. Wie wir es von der Sunnah kennen:

„Und wenn dich vom Satan eine Eingebung aufstachelt, dann suche Zuflucht bei Allah, denn Er ist ja As-Sami‘ (der Allhörende) und Al-‘Alim (der Allwissende).“

(Surah Fussilat 41:36)

1. **Zuflucht bei Allah suchen:**
   Sage regelmäßig „A'udhu billahi min ash-shaytan ir-rajim“ (Ich suche Zuflucht bei Allah vor dem verfluchten Shaytan)

2. **Rezitiere die al-Mi’wadhatayn:**
   - Surah Al-Falaq (113): „Sag: Ich nehme Zuflucht beim Herrn des Tagesanbruchs...“ (bis zum Ende der Surah)

   - Surah An-Nas (114): „Sag: Ich nehme Zuflucht beim Herrn der Menschen...“ (bis zum Ende der Surah)

3. **Selbstbeherrschung üben:**
   Lasse dich nicht von den negativen Gedanken ablenken und entscheide bewusst, ihnen keine Aufmerksamkeit zu schenken.

4. **Beschäftige dich mit Anbetung und guten Taten:**
   Konzentriere dich auf das Gedenken an Allah und strebe danach, Ihn durch Gebet und gute Taten zu erfreuen.

5. **Häufig Dua machen:**
   Bete regelmäßig zu Allah, um dich von den Einflüsterungen des Shaytan zu befreien.

6. **Entschlossenheit und Geduld:**
   Habe eine feste Entschlossenheit, die Waswasa zu ignorieren, und vertraue darauf, dass Allah dir hilft.

Diese negativen Gedanken sind der Shaytan, der dich vom Weg abhalten möchte. Es ist entscheidend, ihm keinen Raum zu geben und auf Allahs Unterstützung zu vertrauen. Wenn du diese praktischen Schritte in deinen Alltag integrierst, wirst du stärker im Glauben und kannst den Shaytan abwehren.

Doch hast du dir auch die positiven Auswirkungen des Hijabs überlegt?

- Du bist dabei Allah gehorsam und folgst Seinen Geboten
- Du wirst von Allah für jedes Hindernis, welches du durch den Hijab überwindest, belohnt
- Dein Iman wird durch das Festhalten am Hijab wachsen
- Du schützt deine Haya
- Du tust nicht nur dir selbst Gutes, sondern bist auch ein Vorbild und eine Motivation für andere muslimische Frauen, die sich vom Hijab inspirieren lassen
- Und vieles mehr

Schreibe hier deine positiven Gedanken zum Hijab auf, die dich ermutigen könnten:

Du bist eine Motivation und Bereicherung mit deinem Hijab

Weißt du, wie viele muslimische Frauen da draußen den Hijab tragen und dabei immer wieder von Frauen angesprochen werden, die den Hijab nicht tragen? Das ist eine Realität. Oft hört man, und vielleicht hattest du es selbst erlebt, dass Schwestern erzählt haben, wie sie angesprochen wurden und ihnen gesagt wurde: *„Ich möchte auch den Hijab tragen."* Oder auch Schwestern mit Niqab: *„Ich finde es bewundernswert, dass du das machst."*

Und vielleicht hatte die Schwester, die den Hijab trägt, in diesem Moment noch Gedanken wie: *„Warum muss ich immer wieder Anfeindungen erleben? Warum werde ich ausgelacht oder schief angeguckt?"*

Vielleicht hat Allah dir im realen Leben auch eine Schwester geschickt, die dich sieht und durch dein Beispiel inspiriert wird. Sie möchte ebenfalls den Hijab tragen, weiß aber nicht, wie sie anfangen soll. In diesem Moment, obwohl du selbst möglicherweise durch schwierige Zeiten gehst, bist du eine Quelle der Inspiration für sie.

Oder vielleicht bist du gerade diejenige, die von anderen Schwestern inspiriert wird, weil du noch keinen Hijab trägst. Allah hat euch durch einen bloßen Blick miteinander verbunden, damit ihr euch gegenseitig motiviert und unterstützt.

Wie schön ist doch der Islam! Jemand sieht dein äußeres Erscheinungsbild, ohne dein Inneres zu kennen, und findet dennoch in deinem Verhalten und Aussehen die Motivation, Gutes zu tun.

Und du – durch deinen Hijab hast du eine positive Wirkung auf andere. Diese Wirkung kann dir helfen, für einen Moment deine eigenen Sorgen und negativen Gedanken zu vergessen. Denke daran, wie viele gute Taten du durch deinen Hijab bekommst, weil du andere zu einer guten Tat geführt hast.

Sei dir dessen bewusst: Dein Hijab ist eine gewaltige Dawah für die gesamte Welt. Es ist ein Zeugnis deines Glaubens und eine Einladung für andere, dem rechten Weg zu folgen.

Wie oft hast du solche Erlebnisse schon gehabt? Hast du vielleicht auch schon so eine Erfahrung gemacht?

Schreibe hier deine Geschichte auf, damit du sie immer wieder lesen kannst, um dich selbst zu motivieren und dir bewusst zu machen, wie wertvoll und inspirierend du für andere bist:

Die positiven Seiten des Hijab

Allah hat sowohl Männern als auch uns Frauen befohlen, unsere Blicke zu senken. Erst danach wird die Frau aufgefordert, sich zu bedecken:

„Sag zu den gläubigen Männern, sie sollen ihre Blicke senken und ihre Scham hüten. Das ist lauterer für sie. Gewiss, Allah ist Kundig dessen, was sie machen. Und sag zu den gläubigen Frauen, sie sollen ihre Blicke senken und ihre Scham hüten, ihren Schmuck nicht offen zeigen, außer dem, was (sonst) sichtbar ist.“

(Quran 24:30-31)

Subhan Allah, welche Weisheit Allah uns hier lehrt, indem Er den Männern zuerst befiehlt, ihre Blicke zu senken und erst dann den Frauen, sich zu bedecken. Denn unabhängig davon, ob eine Frau bedeckt oder unbedeckt ist, die Blicke der Männer müssen immer gesenkt werden. Und egal, ob die Männer ihre Blicke senken oder nicht, die Frau muss sich dennoch bedecken. Es ist eine Verantwortung um uns gegenseitig vor dem Schändlichen zu schützen.

Der Hijab ist in der Tat eine große Herausforderung, aber er ist gleichzeitig ein gewaltiger Schutz für die muslimische Frau. Er schützt dich nicht nur vor schädlichen Blicken, sondern bewahrt auch die Männer vor Fitna. Doch der Hijab hat noch eine tiefere Bedeutung: Du hilfst damit nicht nur dir selbst und der Ummah, sondern auch der ganzen Welt. Denn je mehr Frauen den Hijab tragen, desto weniger Unmoral und Verführung gibt es.

„Gewiss, Allah verändert die Lage eines Volkes nicht, solange sie sich nicht selbst innerlich verändern. Wenn Allah ein Volk leiden lassen will, dann kann niemand es abwenden, und außer ihm haben sie keinen Beschützer“

(Quran 13.11)

Unsere Augen sind Türen zu unserem Herzen. Wenn wir ständig Nacktheit oder ungesunde Schönheitsideale sehen, verändert sich unser Denken und unser Weltbild. Es führt dazu, dass sowohl Männer als auch Frauen sich miteinander vergleichen, sich unzufrieden fühlen und ein ungesunder Drang nach Perfektion entsteht. Doch als Muslima bist du nicht dazu da, irgendwelchen Schönheitsidealen zu folgen – sondern einzig und allein dem, was Allah dir auferlegt hat.

Je mehr du für Allah tust, je mehr du Sünden vermeidest und gute Taten verrichtest, desto stärker wird dein Iman. Jede gute Tat, die du vollbringst, nährt deinen Glauben und stärkt deine Verbindung zu Allah. Auf der anderen Seite, je mehr du sündigst und dich von Allah entfernst, desto schwächer wird dein Iman, und es können gesundheitliche und spirituelle Probleme entstehen, wie Faulheit, Ablenkung von Allah oder sogar das Abwenden vom Islam.

Zähle für dich selbst die positiven Seiten des Hijab auf um dich selbst zu motivieren:

Trage den Hijab für Allah, nicht für die Menschen

Es ist wichtig, dass du dich nicht von den Meinungen anderer Menschen beeinflussen lässt, wenn du den Hijab trägst.

Allah sagt im Quran:

„Die Juden und die Christen werden nie zufrieden mit dir sein, bis du ihrem Weg folgst." (Quran 2:120)

Das bedeutet, dass du nicht den Hijab aus den Gründen tragen solltest, dass andere es akzeptieren oder dass du es nur teilweise tust, um Konflikte zu vermeiden. Wenn du sagst: *„Ich fange erstmal nur mit einem Kopftuch an, weil meine Mutter es dann eher akzeptiert"* oder *„Ich beginne mit einer langen Hose und Oberteil",* dann ist das nicht der Weg, den Allah uns gezeigt hat.

Du darfst den Hijab nicht nach deinen eigenen Maßstäben oder aus Bequemlichkeit oder wegen weltlichen Sorgen heraus gestalten. Der richtige Hijab ist kein Kompromiss, bei dem du dich nur „ein bisschen" bedeckst, um den Erwartungen der Gesellschaft zu entsprechen. Natürlich ist es besser, wenn du ein einfaches Kopftuch trägst und dich in einem längeren Oberteil kleidest, als gar keinen Hijab zu tragen. Aber es besteht die Gefahr, dass du dich daran gewöhnst und dich dadurch im modernen Gesellschaftskontext wohler fühlst, was dazu führen kann, dass du den korrekten Hijab letztlich vernachlässigst.

Deshalb meine liebe Schwester, wenn du wirklich willst, dass Allah mit dir zufrieden ist und nicht die Menschen, dann wähle den besten Weg. Der beste Weg ist, das zu tun, was Allah von dir verlangt. Wenn du Schwierigkeiten damit hast, wird Allah dir sicherlich bei deiner Prüfung helfen.

Allah verspricht uns:

„Wahrlich, mit der Erschwernis kommt die Erleichterung.“

(Quran 94:6)

Es mag für manche hilfreich sein, mit einem etwas längeren Oberteil anzufangen, aber am Ende liegt die Entscheidung bei dir. Doch sei dir bewusst: Wenn du so beginnst, könnte es eine Gefahr darstellen, dass du dich daran gewöhnst und es dir irgendwann gut redest, dass du ja versuchst, dein Bestes zu geben. Der Shaytan wird stets versuchen, dich vom richtigen Weg abzubringen. Selbst wenn du beginnst, den Niqab zu tragen, könnten dir negative Gedanken in den Sinn kommen, die dich verunsichern. Zudem wird deine Art, den Hijab zu tragen, von anderen Frauen gesehen, und es besteht die Gefahr, dass sie sich denken: *„Wenn sie es so trägt, dann ist es auch okay, wenn ich mich nur ein wenig bedecke.“*

Denke immer daran, dass dein Lohn bei Allah für deine Bemühungen und deinen festen Willen zur richtigen Bedeckung kommt. Bleib standhaft im Glauben und vertraue darauf, dass Allah dir in allem beisteht.

Die Niyyah (Absicht)

Es ist so wichtig, dass du deinen Hijab niemals aus dem Wunsch heraustrรägst, um in den muslimischen Kreisen akzeptiert zu werden. Natürlich ist es schön, wenn die anderen Muslime dich ermahnen und unterstützen, aber die wahre Absicht hinter dem Tragen des Hijabs muss immer sein, es für Allah zu tun. Leider haben viele Frauen aufgrund der falschen Absicht – nur um akzeptiert zu werden bzw. sich in die muslimische Gemeinschaft einzufügen – ihren Hijab abgelegt.

Die Niyyah spielt eine entscheidende Rolle. Man sieht es oft in den sozialen Medien, wie Frauen den Niqab oder Jilbab als Trend tragen, und sobald dieser Trend vorbei ist, wird die Bedeckung wieder abgelegt. Doch der Hijab ist kein Trend, dem man folgt, je nachdem, wie es einem gerade passt. Der Hijab ist eine Verpflichtung, die eine Muslima trägt, bis sie Allah wieder begegnet. Das sollte das eigentliche Ziel sein: Für Allah zu handeln, ohne sich von den Meinungen der Menschen beeinflussen zu lassen.

Die Niyyah, die Absicht, ist so kraftvoll, denn sie kann uns ins Verderben stürzen, wenn sie schlecht ist. Wenn der Hijab nur getragen wird, um den Menschen zu gefallen oder um fromm und rechtschaffen zu wirken, kann das sogar dazu führen, dass wir in die Augendienerei fallen.

„Der Lohn für Taten hängt von der Absicht ab, und jeder Mensch wird den Lohn entsprechend seiner Absicht erhalten. Wer also für Allah und seinen Gesandten auswanderte, dessen Auswanderung geschah für Allah und seinen Gesandten. Und wer auch immer aus weltlichen Gründen oder um eine Frau zu heiraten auswanderte, der emigrierte für das, wofür er auswanderte.“

(Sahih Bukhari, Kitab-ul-Imaan, Hadith Nr. 54)

Wir müssen also ständig unsere Absicht prüfen und uns täglich der Selbstreflexion widmen. Wenn du unsicher bist, warum du den Hijab trägst, halte inne und frage dich, ob deine Absicht rein und für Allah allein ist.

Reflexion über deine Niyyah:

Schreibe dir hier deine Gedanken auf, um dich selbst immer wieder an deine wahre Absicht zu erinnern.

- Warum trägst du den Hijab?
- Machst du es, weil du Allah gefallen möchtest und dich ihm näher fühlst?
- Oder lässt du dich von äußeren Faktoren wie der Meinung anderer Menschen beeinflussen?

Die regelmäßige Reflexion deiner Absicht hilft dir, deinen Weg zu korrigieren und dich Allah in allen Aspekten deines Lebens zu nähern.

Blicke der Wahrheit ins Auge

Es ist wichtig, dass wir uns der Realität stellen und uns nicht mit einem halbherzigen Versuch zufriedengeben, den Hijab zu tragen, während wir uns gleichzeitig mit Kleidung und Verhalten beschäftigen, die nicht im Einklang mit den Anforderungen des Islam stehen. Wenn du den Hijab trägst, aber dazu noch eine enge Jeans oder modische Kleidung wählst, die deine Figur betont, dann solltest du dir bewusst machen, dass dies nicht dem eigentlichen Zweck des Hijabs

entspricht. Der Hijab soll die Frau bedecken und schützen, und das bedeutet, dass er mehr ist als nur ein Kopftuch.

Natürlich liegt es nicht in unserer Hand, das Urteil über den EINZELNEN zu fällen – nur Allah kennt die inneren Absichten und den Zustand des Herzens. Aber wir müssen uns der Wahrheit stellen, und das bedeutet, dass wir keine Sünde verharmlosen dürfen. Denn wenn wir die Sünden kleinreden, werden sie irgendwann normalisiert, und dann verlieren wir den Bezug zu den wahren Prinzipien des Islam. Dinge wie Musik, Zina (Unzucht) und vieles mehr werden heutzutage oft entschuldigt, indem man sagt, *„Allah kennt unsere Herzen"*. Doch das ist eine gefährliche Ausrede, die uns von der Wahrheit abbringt.

Wenn du im Moment denkst, dass du ein Kopftuch mit einer Jeans für Allah trägst, dann kann das zwar der erste Schritt in die richtige Richtung sein. Es ist der Anfang des Bemühens, sich für Allah zu verändern, aber sei dir bewusst, dass es noch nicht der vollständige Hijab ist und es leicht sein kann, von diesem Weg abzukommen. Es ist wichtig, die Wahrheit zu erkennen und uns ehrlich zu hinterfragen. Es ist der Moment, in dem wir uns für Allah und nicht für die Erwartungen anderer oder unserer selbst entscheiden.

Unsere Prüfungen und Taten werden von Allah individuell bewertet, und nur Er weiß, was in unseren Herzen vor sich geht. Manchmal begehen wir Sünden, doch Allah vergibt uns, wenn wir uns durch gute Taten bemühen und aufrichtig um Vergebung bitten. Ein schönes Beispiel dafür ist die Geschichte der Prostituierten, die einem durstigen Hund Wasser gab und Allah ihr aufgrund dieser guten Tat ihre Sünden vergab. Allahs Barmherzigkeit ist unermesslich und umfasst alles. Daher sollten wir immer auf Seine Barmherzigkeit hoffen und uns niemals entmutigen lassen, auch wenn wir noch nicht den idealen Stand erreicht haben. Unsere Bemühungen sind wichtig, und solange wir uns aufrichtig bemühen, können wir darauf vertrauen, dass Allah unsere Anstrengungen sieht.

Es ist jedoch wichtig, dass wir uns nicht selbst belügen, indem wir denken, dass ein bisschen mehr Bedeckung bereits ausreicht. Im Allgemeinen lässt sich sagen, dass dies immer noch nicht der vollständige Hijab ist, wie es in den Lehren des Islams festgelegt ist. Aber wie es speziell in jedem einzelnen Fall aussieht – ob jemand entschuldigt ist oder nicht – liegt allein in Allahs Hand und wird von Ihm gerecht beurteilt. Es ist wichtig zu verstehen, dass wir nicht jeden einzelnen Fall auf die gesamte Gemeinschaft anwenden können, insbesondere wenn es um den Hijab geht. Die Pflicht bleibt Pflicht und die Sünde bleibt Sünde, unabhängig von den Umständen.

Wichtige Info und Triggerwarnung: *In schwierigen oder unklaren Situationen, wie bei Gewalt oder anderen Notlagen, ist es wichtig, sich Unterstützung von jemandem zu suchen, der über Wissen und Erfahrung verfügt um einem eine spezielle Fatwa geben zu können, was den Hijab angeht. Solche Themen erfordern eine gründliche und wohlüberlegte Betrachtung, und es ist entscheidend, nicht nur eine einseitige Perspektive einzunehmen.*

Der Muslim muss eine ausgewogene Balance zwischen der Hoffnung auf Allahs Belohnung und der Furcht vor der Strafe finden. Wer nur von der Furcht getrieben wird, läuft Gefahr, sich durch Wasawa vom rechten Weg abbringen zu lassen und sich selbst Hindernisse in den Weg zu stellen. Auf der anderen Seite, wer nur die Hoffnung auf Belohnung im Blick hat, könnte versäumen, sich mit der nötigen Entschlossenheit zu bemühen und an seinen Schwächen zu arbeiten. Es ist wichtig, in der Mitte zu bleiben: Mit der Hoffnung auf Allahs Barmherzigkeit und der Furcht vor der Strafe können wir kontinuierlich wachsen. Nur so können wir uns beständig verbessern.

Ein Beispiel damit man es sich besser vorstellen kann: Stell dir vor, du siehst einen starken Alkoholiker oder Kettenraucher. Zu Beginn hat er eine ganze Packung Zigaretten täglich geraucht und schafft es, diese Menge auf eine halbe Packung zu reduzieren. Ja, das ist ein Fortschritt und ein Zeichen der Veränderung! Doch auch wenn er weniger raucht, bleibt das Rauchen immer noch eine Sünde.

Nur weil er die Menge verringert hat, bedeutet das nicht, dass die Handlung an sich nun keine Sünde mehr ist. Und wie Allah für diesen Menschen entscheidet, so liegt das allein bei Ihm.

Deshalb ist es ratsam, von Anfang an bewusst und mit voller Absicht zu handeln. Vielleicht brauchst du nicht sofort eine Abaya oder einen Niqab, aber der erste Schritt kann ein längeres Kopftuch und ein langes, lockeres Kleid sein – ein Kleidungsstil, der die Figur nicht betont und uns davor schützt, unnötige Versuchungen zu öffnen. Indem du auf Make-up, Parfüm und Schmuck direkt verzichtest, schließt du die Türen der Fitna, die uns vom wahren Weg abbringen können.

Der Weg zu Allah ist ein kontinuierlicher Prozess. Der Hijab sollte niemals modisch getragen werden – er ist eine Verpflichtung vor Allah. Aber sei dir sicher: Wenn du diese Reise mit dem Islam im Herzen gehst, wird deine Absicht und dein Glaube wachsen.

Unterschied zwischen „verurteilen“ und „beurteilen“

Der Muslim muss nach dem Offensichtlichen urteilen. Unser äußeres Erscheinungsbild kann sowohl andere zum Guten als auch zum Schlechten beeinflussen. Zum Beispiel kann die Begegnung mit einer Muslima, die den Hijab trägt, eine andere Frau motivieren, es ebenfalls zu tun. Doch was bedeutet es wirklich, nach dem Offensichtlichen zu urteilen?

Umar ibn Al Khattab (radiyaallahu anhu) sagte:

„Wahrlich, zur Zeit des Propheten – salallahu aleihi wa salam – wurden die Menschen nach der Offenbarung (Wahi) beurteilt. Und wahrlich, die Offenbarung ist nun gestoppt. Deshalb urteilen wir jetzt nach dem, was uns an euren Taten sichtbar ist. Wer uns Gutes zeigt, dem schenken wir Vertrauen und dem wenden wir uns zu. Doch was er im Verborgenen tut, geht uns nichts an, denn Allah wird ihn dafür zur Rechenschaft ziehen. Wer uns aber Schlechtes zeigt, dem trauen wir nicht und dem glauben wir nicht – selbst, wenn er sagt, dass seine Absicht gut ist.“

(Sahih al-Bukhari 2641)

Diese Worte erinnern uns daran, dass wir Menschen nach ihren äußeren Taten und ihrem Verhalten beurteilen müssen – nicht nach ihren inneren Absichten, denn nur Allah kennt den wahren Zustand eines jeden Menschen.

Hier ist es wichtig, zwischen „Urteilen nach dem Offensichtlichen“ und „Verurteilen einer Person“ zu unterscheiden. Weder dürfen wir andere verurteilen und behaupten, sie seien schlechtere Muslime, noch sollten wir uns durch ihre Sünden besser fühlen, denn jeder begeht Fehler – nur auf unterschiedliche Weise.

Doch auf der anderen Seite dürfen wir nicht vergessen, dass eine öffentliche Sünde eine große Verantwortung mit sich bringt, da sie

andere zu falschem Verhalten verleiten kann. Öffentliche Sünden normalisieren falsche Handlungen in der Gesellschaft, weshalb sie besonders schwerer wiegen.

Viele Menschen suchen aufgrund eigener Schwächen nach Ausreden, um ihr Verhalten zu rechtfertigen. Natürlich ist es verständlich, dass jeder mit seinen Fehlern kämpft. Doch wenn man sich selbst nicht eingesteht, dass man etwas Falsches tut, und sich immer nur mit Aussagen wie *„Nur Allah kann urteilen“* oder *„Ich gebe doch mein Bestes“* beruhigt, wird es kaum eine wirkliche Besserung geben.

Der wichtigste Schritt zur Veränderung ist die ehrliche Erkenntnis, dass man Fehler macht. Selbst wenn man nicht sofort alles ändern kann, sollte man sich bewusst sein, dass es Dinge gibt, an denen man arbeiten sollte. Diese Einsicht ist bereits ein großer Schritt in die richtige Richtung.

Gemeinsam motivieren und ermahnen

Wir erleben heutzutage immer häufiger, dass Frauen sogar den Niqab aus modischen Gründen tragen. Doch das sollte uns nicht entmutigen, sondern vielmehr daran erinnern, wie wichtig es ist, in der Wahrheit zu bleiben und uns gegenseitig zu ermahnen. Es geht darum, uns aus der Liebe zu Allah zu motivieren, uns stets zu verbessern und den richtigen Weg zu gehen. Wir haben bereits gelernt: wenn wir Sünden verharmlosen, öffnen wir die Tür dafür, dass auch andere sie als akzeptabel ansehen.

Allah verlangt von uns, dass wir uns anstrengen, und keine Perfektion. Das heißt, wir müssen uns bemühen die falschen Dinge zu verändern soweit es uns möglich ist. Sei es bei uns selbst oder aber auch bei anderen. Denn der Muslim gebietet das Gute und verbietet das Schlechte und nur so können wir gewährleisten, dass die muslimische Ummah rein bleibt und sich nicht noch mehr Fitna verbreitet.

Allah sagt im Quran:

„Ihr seid die beste Gemeinschaft, die für die Menschen erstand. Ihr gebietet das Rechte und verbietet das Unrechte und glaubt an Allah… “

(Quran 3:110)

Wie in allem ist auch hier unser Prophet ﷺ das beste Vorbild. Er warnte uns mit deutlichen Worten:

„Wer andere zum rechten Weg aufruft, erhält an Lohn so viel wie diejenigen, die ihm folgen, ohne dass deren Lohn weniger wird. Und wer andere zu etwas Schlechtem aufruft, erhält an Sünde so viel wie diejenigen, die ihm folgen, ohne dass deren Sünde abnimmt.

(Muslim Hadith Nr. 2674)

Oder in einem anderen Hadith:

„Ich schwöre bei Allah: entweder gebietet ihr das Gute und sorgt dafür, dass das Schlechte vermieden wird, oder Allah bestraft euch. Wenn das geschieht, beginnt ihr zu beten, aber eure Duâs werden nicht erhört.“

(Tirmidhi. Fitan, 12, Hadith Nr. 2169)

Lasst uns daher immer wieder unsere Absichten prüfen und sicherstellen, dass sie aufrichtig sind. Wir sollten uns gegenseitig motivieren, unterstützen und uns immer wieder daran erinnern, dass unser Ziel nicht nur darin besteht, uns äußerlich zu verändern, sondern auch unser Herz zu reinigen und uns Allah zu nähern.

Unsere Aufgabe ist es, uns gegenseitig zu motivieren und zu ermahnen, aber auf eine respektvolle und liebevolle Weise. Eine Nasiha bedeutet nicht, jemanden zu verurteilen oder herabzusetzen, sondern den anderen zu ermutigen, näher zu Allah zu kommen und den richtigen Weg zu gehen. Wir müssen jedoch den Unterschied erkennen zwischen einer echten, aufrichtigen Ermahnung und unfreundlicher Kritik. Jeder von uns hat noch Verbesserungspotential, und es ist wichtig, dass wir uns gegenseitig daran erinnern, an uns zu arbeiten und uns zu bessern.

In manchen Umständen kann es durchaus notwendig sein, strengere Worte zu wählen, aber diese Entscheidung sollte immer mit Bedacht getroffen werden. Es ist wichtig, dass wir uns stets bemühen, mit Sanftmut und Verständnis zu handeln, vor allem zu Beginn.

Allah hat uns in vielen Versen dazu aufgefordert, mit Weisheit und guter Ermahnung zu handeln.

Erst wenn diese sanfte Methode nicht den gewünschten Effekt hat oder die Situation es erfordert, können wir auch deutlichere Worte finden. Doch selbst dann sollten wir nie vergessen, dass die Absicht stets darin bestehen muss, den anderen auf den rechten Weg zu führen und nicht, sie zu verletzen oder zu verurteilen.

Allah selbst sagt im Quran:

„Rufe zum Weg deines Herrn mit Weisheit und schöner Ermahnung und streite mit ihnen auf die beste Weise.“

(Quran, 16:125)

Dies zeigt uns, dass es immer eine Balance zwischen Härte und Sanftheit geben muss, und dass wir stets in der Hoffnung handeln sollten, dass unsere Worte und Taten den anderen näher zu Allah bringen.

Es geht nicht darum, alles nur schönzureden, aber auch nicht darum, nur zu kritisieren. Es ist die goldene Mitte, die uns hilft, auf dem

rechten Weg zu bleiben. Hass oder Verurteilung bringen uns nicht weiter – sie entfernen uns von Allah. Was uns weiterbringt, ist aufrichtige Ermahnung, gegenseitige Unterstützung und das Bemühen, uns im Einklang mit den Geboten Allahs zu verbessern
.

Der Hijab ist nicht nur eine äußere Hülle, sondern ein tiefes Bekenntnis – und wir sollten uns bemühen, ihn in der besten Form zu tragen, um Allah zu gefallen und ihn zu ehren. Aber wir sollten auch darauf achten, wie wir uns gegenseitig ansprechen: Mit Liebe, Geduld und aufrichtigem Wunsch, das Beste für unsere Schwester im Glauben zu wollen.

Du kannst hier einige Punkte erwähnen, die du gerne an dir verbessern möchtest:

Der Niqab: Eine vergessene Pflicht?

Kurzes Vorwort: Da wir uns nun am Ende unserer Gedankenreise befinden, hast du hoffentlich erkannt, wie wichtig der Hijab ist und warum du ihn tragen solltest. In den folgenden Punkten wirst du die Kriterien des Hijabs kennenlernen, um sicherzustellen, dass du ihn richtig trägst.

Du findest eine Checkliste, mit der du die einzelnen Punkte für dich persönlich abhaken kannst. Je mehr du als erledigt markierst, desto besser. Doch lass dich nicht entmutigen, wenn du nicht sofort alles schaffst. Manche Veränderungen brauchen Zeit, Geduld und stetige Bemühung. Reinige deine Absicht, kehre aufrichtig zu Allah zurück und bitte Ihn darum, dich standhaft zu machen.

In diesem Zusammenhang werden auch Beweise für den korrekten islamischen Hijab folgen – den Niqab:

Heutzutage wird der Niqab oft als etwas Extremes angesehen, und viele halten ihn für eine bloße Sunnah-Handlung. Doch wenn man den Konsens der vier Rechtsschulen betrachtet – ohne sich von einzelnen zeitgenössischen Meinungen beeinflussen zu lassen – wird deutlich, dass der Niqab eine Pflicht ist.

Vielleicht fällt es dir schwer, diese Tatsache anzunehmen. Das ist vollkommen verständlich, liebe Schwester. In deinem Kopf schwirren jetzt womöglich unzählige Gedanken und Ängste. Vielleicht möchtest du den Gedanken sogar abblocken und dir sagen: *„Es ist doch nur eine Sunnah“* oder *„Ich könnte das niemals tragen“*.

Diese Reaktion ist menschlich. Wenn wir mit Beweisen und der Wahrheit konfrontiert werden, die nicht mit unserem derzeitigen Leben übereinstimmen, neigen wir dazu, uns für den einfacheren Weg zu entscheiden. Doch als Muslime wissen wir: Der wahre Weg ist nicht immer der leichteste. In dieser Welt wird der Muslim stets ein Fremder sein – und das ist nichts Schlechtes.

Ein Kampf gegen den eigenen Nafs

Unsere Zeit auf dieser Welt ist begrenzt. Wir alle packen unseren „spirituellen Koffer“ für das Jenseits. Doch ohne Erkenntnis über richtig und falsch kann keine Veränderung stattfinden – selbst, wenn du sie aktuell nicht umsetzen kannst.

Allahs Gebote sind klar, doch sie fordern manchmal unseren Nafs heraus. Und genau darin liegt unsere Prüfung. Es ist einfach, der eigenen Neigung zu folgen. Doch wahrer Glaube zeigt sich, wenn wir auf etwas verzichten, das uns schwerfällt – allein aus Gehorsam gegenüber Allah.

Denkst du, eine Frau im Niqab würde nicht gerne den Wind in ihren Haaren spüren? Glaubst du, sie leidet nicht unter der Hitze? Der Bruder mit langem Bart – denkst du, er empfindet das nicht manchmal als unbequem? Oder der Muslim, der während des Ramadans mit dem Fasten kämpft?

Jeder hat seine Herausforderungen im Gehorsam gegenüber Allah. Doch weißt du, dass Allah dich für deine Anstrengung belohnt? Sogar mehr als jemanden, dem es leichtfällt.

Der Prophet ﷺ sagte:

„Klug ist, wer seinen Nafs kontrolliert und für das Leben nach dem Tod arbeitet. Naiv ist, wer seinen Nafs seinen Gelüsten überlässt und (trotzdem) von Allah Erlösung erhofft.“

(Tirmidhi, Hadith Nr. 2647)

Die wahre Demut gegenüber Allah zeigt sich, wenn jemand eine Sünde eigentlich begehen möchte, sie aber aus Gehorsam unterlässt.

Das ist wahre Stärke. Das ist wahrer Iman.

Achte nicht auf Menschen, die gegen die Beweise sprechen. Studiere den Quran und die Sunnah und lerne, die Wahrheit anzunehmen – selbst wenn sie herausfordernd ist. Leider gibt es heute viele, die Erlaubtes verbieten oder Verbotenes erlauben.

Der Gesandte Allahs ﷺ sagte:

„Es wird unter meiner Ummah (islamische Nation) Völker geben, die die Unzucht, die Seide, das Berauschende und Musikinstrumente als erlaubt sehen …“

(Al Bukhari Nr. 5590)

Viele Menschen wählen den einfachsten Weg. Doch der Muslim ist dazu aufgerufen, sich gegen seine Neigungen zu stellen und für die Wahrheit zu kämpfen. Halte deshalb dein Ziel stets vor Augen: Das Jenseits. Bleib standhaft und bitte Allah um Hilfe.

Beweise für den Niqab

In meinem Buch „*Beweisführung des Niqab*“ findest du eine umfassende Sammlung von Beweisen zu diesem Thema. Du kannst es auf Instagram in den Highlights unter *mindfulxmuslima* oder über diesen Link abrufen:

https://archive.org/details/zweite-auflage-beweisfuhrung-des-niqab-im-lichte-des-islam

Hier möchte ich jedoch nur die wichtigsten Belege anführen.

Der Begriff *Hijab* (arab. الحجاب) stammt von der arabischen Wurzel *hajaba* bzw. *hadschaba*, was so viel bedeutet wie „verhüllen“, „bedecken“, „abschirmen“ oder „verbergen“.

In Sure Al-Ahzab, Vers 53, sagt Allah:

"Und wenn ihr sie um einen Gegenstand bittet, so bittet sie hinter einem Vorhang."

Das Wort „Vorhang“ wird in diesem Vers mit *Hijab* übersetzt.

Weiter heißt es in Sure Al-Ahzab, Vers 59:

"O Prophet, sag deinen Gattinnen, deinen Töchtern und den Frauen der Gläubigen, sie sollen etwas von ihrem Überwurf (im Arabischen: Jalabib) über sich herunterziehen. Das ist eher geeignet, dass sie erkannt und so nicht belästigt werden. Und Allah ist Allvergebend und Barmherzig."

Hier wird deutlich, dass Allah das Kleidungsstück der muslimischen Frauen als Jalabib bezeichnet – der Plural von Jilbab. Dies zeigt, dass muslimische Frauen diesen speziellen Überwurf tragen sollen, wie es von Allah vorgeschrieben wurde.

In den folgenden Kapiteln wird ersichtlich, wie die Sahabiyat die Überlieferungen zum Hijab verstanden haben:

"O Prophet, sprich zu deinen Gattinnen, deinen Töchtern und den Frauen der Gläubigen, dass sie sich mit ihrem Überwurf (Jilbab) verhüllen (mit Ausnahme eines Auges, um den Weg zu sehen – Tafsir al-Qurtubi). So werden sie eher erkannt (als anständige Frauen) und nicht verletzt. Und Allah ist verzeihend und barmherzig."

(Sure Al-Ahzab, Vers 59)

Ein Weiterer Vers:

"Sprich zu den Gläubigen, dass sie ihre Blicke zu Boden schlagen (vor verbotenen Dingen) und ihre Scham hüten (vor unerlaubten sexuellen Handlungen). Das ist reiner für sie. Siehe, Allah kennt ihr Tun. Und sprich zu den gläubigen Frauen, dass sie ihre Blicke niederschlagen und ihre Scham hüten und dass sie nicht ihre Reize zur Schau tragen, es sei denn, was außen sichtbar ist."

(Sure An-Nur, Vers 30-31)

Ibn Masud (radiyaallahu anhu) erklärte, dass der *Jilbab* ein Umhang bzw. ein Übergewand sei, das den gesamten Körper einschließlich des Gesichts und der Hände bedeckt. (Fatwa von Ibn Taymiyyah, Band 2, S. 110)

Ibn Abbas (radiyaallahu anhu) und 'Ubaidah As-Salmaani (radiyaallahu anhu) sagten:

„Es sollte vollständig um den Körper der Frau gewickelt sein, sodass nichts sichtbar bleibt außer einem Auge, mit dem sie sehen kann.“ (Tafsir Al-Qurtubi, Sure Al-Ahzab, Ayah Nr. 59)

At-Tabari und Ibn Al-Mundhir beschreiben gemäß Ibn Abbas (radiyaallahu anhu) und Qatadah (radiyaallahu anhu) die Trageweise des Jilbab folgendermaßen:

„Das Tuch sollte von oben um den Kopf gewickelt werden, die Stirn bedecken, und eine Seite des Tuchs sollte das Gesicht unterhalb der Augen verhüllen, sodass der Großteil des Gesichts und des Oberkörpers bedeckt ist. Dadurch bleiben beide Augen unbedeckt (was in Notfällen erlaubt ist).“

(Rul-ul-Ma'ani, Band 22, S. 89)

Safiya bint Shaiba (radiyaallahu anha) berichtete:

***„Aisha (radiyaallahu anha) sagte: 'Als der Vers (Sure An-Nur 30-31) offenbart wurde: '..., dass sie ihren Schleier über ihren Busen (Dschuyubihinna) schlagen...' schnitten die Frauen ihre Überkleider (Izar) an den Rändern ab und bedeckten ihre Gesichter mit den abgeschnittenen Stücken.“* (Sahih al-Bukhari, Band 6, Buch 60, Hadith 282)**

Aisha (radiyaallahu anha) berichtete zudem:

„Der Gesandte Allahs صلى الله عليه وسلم pflegte das Fajr-Gebet zu verrichten, und einige gläubige Frauen, die ihre Gesichter mit ihren Schleiern bedeckten, nahmen daran teil und kehrten dann unerkannt in ihre Häuser zurück.“

(Sahih Al-Bukhari, Band 1, Buch 8, Hadith Nr. 368)

<u>Was ist mit Beweisen, die erlauben, das Gesicht unbedeckt zu lassen?:</u>

Ein oft zitierter Hadith ist der von Aisha (radiyaallahu anha), als Asmaa (radiyaallahu anha), die Tochter von Abu Bakr, mit dünner Kleidung zu Rasulullah صلى الله عليه وسلم kam.

Er sagte zu ihr:

„O Asmaa! Wenn ein Mädchen das Menstruationsalter erreicht, sollte nichts anderes als dies und dies unbedeckt bleiben.“ Dabei zeigte er auf Gesicht und Hände

Doch dieser Hadith ist **schwach**, aus zwei Hauptgründen:

1. Es gibt keine durchgängige Überlieferungskette zwischen Aisha (radiyaallahu anha) und Khalid bin Dareek, der diesen Hadith überlieferte.
2. In der Überlieferungskette erscheint Sa'eed bin Basheer, der von vielen Gelehrten als schwacher Überlieferer angesehen wurde.

Daher haben weder Imam Bukhari noch Imam Muslim diesen Hadith in ihre Sammlungen aufgenommen. (Shaikh Ibn Uthaimins Buch *Hijaab*, S. 17-18)

Der richtige Blickwinkel

Ich weiß, liebe Schwester, manchmal fühlt man sich etwas überrumpelt. Man denkt sofort an all die Dinge, die man mit dem Niqab nicht mehr machen kann oder wie sehr man dadurch eingeschränkt wird.

Doch betrachte es aus einer positiven Perspektive: Du bist Allah gehorsam und schützt sowohl dich selbst als auch die Außenwelt. Die Menschen werden sowieso nie völlig zufrieden sein – aber dein Herr muss mit dir zufrieden sein, sonst niemand.

Deine Familie, deine Freunde – alles und jeder um dich herum wird dich eines Tages verlassen. Was bleibt, sind deine Taten. Wenn du den Niqab aus tiefstem Herzen tragen möchtest, dann mache Dua. Bitte Allah darum, dich zur Wahrheit zu führen. Lege deinen Nafs beiseite und reflektiere deine Gedanken.

Was möchtest du auf dieser Welt wirklich erreichen? Ruhm und Reichtum – oder die Liebe Allahs?

Du kannst beides haben, solange du Allahs Gebote einhältst. Dann wird Er dich segnen und deinen Rizq vermehren. Glaube nicht, dass dein Rizq geringer wird, nur weil du nicht dem gesellschaftlichen Standard folgst.

Wir haben gelernt: Nicht-Muslime werden erst zufrieden sein, wenn man ihren Weg folgt = wenn man den Islam komplett verlässt. Menschen haben immer etwas zu kritisieren, selbst wenn du Gutes tust.

Doch du kannst genauso mit dem Hijab Freude haben! Finde Dinge, die dich bereichern, wie ein inspirierendes Hobby. Mache eine Ausbildung, die dir und anderen nützt und den islamischen Werten entspricht. Achte auf deine Ernährung, treibe Sport. Gönn dir einen Wellnessabend mit deinen Mädels! Bestellt euch gutes Essen, sprecht über bedeutsame Dinge, spielt Gesellschaftsspiele, die erlaubt sind.

Anstatt nach Ausreden zu suchen oder dir selbst Hindernisse in den Weg zu legen, drehe den Spieß um. Gestalte dein Leben im Einklang mit den Geboten Allahs. Sei kreativ, erfinde dich neu. Gehe in die Natur und betrachte Allahs Schöpfung. Nutze die Zeit allein, um nachzudenken.

Reflektiere dich selbst:

- Was möchte ich wirklich?
- Was sind meine Stärken?
- Woran kann ich arbeiten?
- Was macht mir Freude?
- Wie kann ich anderen helfen?
- Wie kann ich mein Leben gestalten, damit Allah zufrieden mit mir ist – und ich zugleich gut durch diese Welt komme, trotz aller Sorgen und Herausforderungen?

Schreibe hier gerne deine Gedanken diesbezüglich nieder:

Allah hat uns das Leben zu genießen nicht verboten. Seine Barmherzigkeit zeigt sich darin, dass uns so vieles erlaubt ist. Wenn du darauf schaust, was halal ist, wirst du einen neuen Blickwinkel gewinnen – und Allahs Geboten mit Freude folgen, aus wahrer Demut und Gottergebenheit.

Tabarruj – eine gefährliche Falle

Da wir nun verstanden haben, dass der korrekte Hijab der Niqab ist, möchte ich eine kleine Checkliste anführen. Doch zuvor ist es wichtig, das Thema Tabarruj zu besprechen.

Wie wir gelernt haben, ist die Frau als Ganzes Aura die vollständig bedeckt sein muss – bis auf ihre Augen. Doch heutzutage gibt es viele Variationen: Von engen Jeans mit Kopftuch bis hin zu Niqab mit Fake Lashes.

Ein Hijab, der wirklich für Allah ist, ist niemals geschmückt oder aufreizend. Ganz gleich, ob du den Niqab trägst oder eine Abaya mit Khimar – du solltest niemals in die Falle des Tabarruj tappen.

Was ist aber Tabarruj?

Der Prophet ﷺ sagte:

„Die schlimmsten Frauen sind jene, die Tabarruj begehen und in Arroganz umherstolzieren. Sie sind Heuchler – und keiner von ihnen wird das Paradies betreten.“

(Al-Bayhaqi 7/82; authentisch in as-Sahihah, Band 4, Nr. 1849)

Er erklärte Tabarruj folgendermaßen:

„Tabarruj ist, wenn eine Frau ihren Schmuck, ihre Körpermerkmale oder alles, was sie bedecken muss, enthüllt und dadurch die Lüste der Männer weckt.“ (Mar’at al-Muslimah, S. 54)

Kurz gesagt: Alles, was die islamische Bedeckung verschönert oder betont, ist verboten. Dazu gehören:

- Make-up
- Parfüm
- Enge Kleidung
- Auffällige Farben oder Muster
- Gürtel oder Schmuck
- Eine bewusst verführerische Stimme oder Gangart

Auch ständige Selbstdarstellung im Internet oder das grundlose Aufhalten an öffentlichen Orten, nur um gesehen zu werden, widerspricht dem eigentlichen Zweck des Hijabs.

Der Gesandte Allahs ﷺ sagte:

„Alle meine Anhänger werden das Paradies betreten – außer diejenigen, die es ablehnen.“ Die Gefährten fragten: „O Gesandter Allahs, wer würde es ablehnen?“ Er antwortete: „Derjenige, der mir gehorcht, wird das Paradies betreten, und wer mir ungehorsam ist, hat es abgelehnt.“

(Berichtet bei al-Bukhari)

Der Prophet ﷺ sagte außerdem:

„Von den Bewohnern des Höllenfeuers gibt es zwei Gruppen, die ich noch nicht gesehen habe: Männer mit Peitschen wie Ochsenschwänze, mit denen sie andere schlagen. Frauen, die trotz Kleidung nackt sind, die in Versuchung geraten und andere in Versuchung führen. Ihre Haare sind aufgetürmt wie Kamelhöcker. Sie werden das Paradies nicht betreten – und seinen Duft nicht einmal wahrnehmen, obwohl er aus großer Entfernung zu riechen ist.“

(Berichtet bei Muslim)

Der Prophet ﷺ sagte ebenfalls:

„Die besten Frauen unter euch sind die liebevollen, kinderreichen und wohlwollenden, die beratend sind, wenn sie Allah fürchten. Die schlechtesten unter euch sind die Mutabar'rijāt (jene, die Tabarruj begehen) und Mutakhayyilāt (jene, die stolzieren und angeben). Sie sind die Heuchler. Die Frauen, die das Paradies betreten, sind so selten wie eine schwarze Krähe mit einem roten Schnabel und roten Beinen.“

(Berichtet bei al-Bayhaqi in seinen Sunan)

Die Metapher der schwarzen Krähe zeigt, dass nur wenige Frauen das Paradies betreten werden.

Diese Überlieferungen machen deutlich, welch schwere Sünde Tabarruj ist. Wer Allah und Seinem Gesandten ﷺ ungehorsam ist, schadet nur sich selbst – nicht Allah. Möge Allah uns leiten und uns vor der Falle von Tabarruj bewahren.

Die Kriterien des Hijab mit Beweisen

1. Er muss den gesamten Körper bedecken

Allah sagt im Quran:

"O Prophet, sag deinen Gattinnen und deinen Töchtern und den Frauen der Gläubigen, sie sollen etwas von ihrem Überwurf über sich herunterziehen. Das ist eher geeignet, dass sie erkannt und so nicht belästigt werden. Und Allah ist Allvergebend und Barmherzig."

[Al-Ahzab: 59]

Ibn Kathir erklärte dazu:

„Das bedeutet, dass sie nichts von ihrer Schönheit den Fremden zeigen, bis auf das, was sie nicht verbergen können. Ibn Mas'ud sagte: ‚Wie z.B. Roben und Gewänder', die die arabischen Frauen als Obergewänder trugen."

2. Er darf keine Verzierung oder Schmuck enthalten

Allah sagt im Quran:

"... und sie sollen ihren Schmuck nicht offen zeigen, außer dem, was davon sichtbar sein darf ..."

[An-Nur: 31]

3. Der Hijab selbst darf nicht so gestaltet sein, dass er Aufmerksamkeit auf sich zieht.

Allah verbietet auffällige Präsentation:

"Haltet euch in euren Häusern auf; und stellt euch nicht zur Schau wie in der Zeit der früheren Unwissenheit."

[Al-Ahzab: 33]

Der Prophet ﷺ sagte:

„Es gibt drei Arten von Menschen, nach denen du nicht fragen sollst: … und eine Frau, deren Mann verschwunden ist, deren Lebensunterhalt ausreicht, aber sie sich nach ihm zur Schau stellt …“

(Überliefert von Al-Haakim und Ahmad, authentisch)

4. Er muss dick und nicht durchsichtig sein

Der Prophet ﷺ sagte:

„Am Ende meiner Nation wird es Frauen geben, die gekleidet, und doch unbekleidet sind, die auf ihren Köpfen etwas haben, das wie Kamelhöcker ist. Verflucht sie, denn sie sind verflucht!“

(Muslim, überliefert von Abu Huraira)

In einer anderen Version heißt es:

„Sie werden das Paradies weder betreten noch riechen, obwohl der Duft des Paradieses aus weiter Entfernung wahrgenommen werden kann.“

Ibn 'Abdil Barr erklärte dazu:

„Er meinte die Frauen, welche leichte Kleidungen tragen, die den Körper beschreiben und nicht bedecken. Somit sind sie zwar vom Namen her bekleidet, in der Realität aber unbekleidet.“

(As-Suyuti, „Tanwir Al-Hawalik“)

5. Er muss weit sein und darf den Körper nicht betonen

Der Prophet ﷺ sagte zu Usama Ibn Zaid, als dieser seiner Frau ein Kleidungsstück gab:

„Sag ihr, dass sie darunter ein Untergewand tragen soll, denn ich befürchte, dass es den Umfang ihrer Knochen beschreibt.“
(Überliefert von Ad-Diyaa' Al-Maqdisi, Ahmad, Al-Baihaqi, mit guter Überlieferungskette)

6. Er darf nicht parfümiert sein

Der Prophet ﷺ sagte:

„Welche Frau sich auch immer parfümiert und an Leuten vorbeiläuft, damit sie ihren Duft wahrnehmen, so ist sie eine Unzüchtige.“

(Überliefert von Abu Musa Al-Asch'ari, authentisch)

Ein weiterer Hadith besagt:

„Wenn eine von euch zur Moschee geht, so soll sie sich dem Parfum nicht nähern.“

(Überliefert von Zainab Ath-Thaqafiya, authentisch)

Abu Huraira überlieferte:

„Welche Frau sich auch immer mit Bakhur (Räucherwerk) parfümiert, so soll sie nicht am 'Ischa-Gebet mit uns teilnehmen.“

(Muslim, authentisch)

Musa Ibn Yasar berichtete über Abu Huraira, dass eine Frau parfümiert an ihm vorbeiging.

Er fragte:

„O Dienerin von Al-Jabbar, möchtest du zur Moschee?“ Sie sagte: „Ja.“ Er sagte: „Und dafür hast du dich parfümiert?“ Sie sagte: „Ja.“ Er sagte dann: „Kehre zurück und wasche dich, denn ich hörte den Gesandten Allahs ﷺ sagen: ‚Es gibt keine Frau, die zur Moschee geht und ihr Duft herausströmt, und Allah ein Gebet von ihr annimmt, bis sie sich wäscht.‘“

7. Er darf der Männerkleidung nicht ähneln

Der Prophet ﷺ sagte:

„Der Gesandte Allahs verfluchte den Mann, der Frauenkleidung trägt, und die Frau, die Männerkleidung trägt.“

(Überliefert von Abu Huraira, authentisch)

Er sagte auch:

„Die Frauen, die den Männern ähneln, und die Männer, die den Frauen ähneln, gehören nicht zu uns.“

(Überliefert von Abdullah Ibn 'Amr, authentisch)

Er sagte weiterhin:

„Drei Arten von Menschen werden weder das Paradies betreten noch wird Allah sie anschauen: Derjenige, der seine Eltern schlecht behandelt, die männliche Frau, die den Männern ähnelt, und der Dayyuth (der keine Eifersucht für seine Frau, Schwester, Tochter empfindet).“

(Überliefert von Abdullah Ibn 'Amr, authentisch)

8. Er darf nicht der Kleidung der Ungläubigen ähneln

Der Prophet ﷺ sagte:

„Wer einem Volk ähnelt, gehört zu ihnen.“

(Abu Dawud, authentisch)

Allah sagt im Quran:

„Allah ändert nicht den Zustand eines Volkes, bis sie das ändern, was in ihnen selbst ist.“

(Ar-Ra'd: 11)

9. Er darf keine Kleidung des Ruhms sein

Der Prophet ﷺ sagte:

„Wer im Diesseits die Kleidung des Ruhms trägt, den wird Allah am Tag der Auferstehung die Kleidung der Erniedrigung tragen lassen und anschließend damit ein Feuer entfachen lassen.“

(Überliefert von Ibn 'Umar, authentisch)

Fazit

Der Hijab muss alle oben genannten Kriterien erfüllen, um islamisch korrekt zu sein. Dies basiert auf authentischen Quran-Versen und Hadithen, die die Bedeckung der Frau regeln und ihre Weisheit erklären.

Quelle: „Hijab Al-Mar'a Al-Muslima“ von Schaikh Muhammad Salih al-Munajjid.

Link: https://islamqa.info/ge/answers/6991/die-eigenschaften-des-korrekten-hijabs

Schritt für Schritt zum Hijab

Richtige Bedeckung

◯ Kleidung bedeckt den gesamten Körper
◯ Gesicht ist vollständig bedeckt, außer den Augen
◯ Hände bedeckt
◯ Kleidung ist nicht eng oder figurbetont
◯ Kleidung ist dick genug, sodass nichts durchscheint

Kein Tabarruj (keine Verschönerung des Hijabs)

◯ Hijab hat dezente, unauffällige Farben oder Muster
◯ Kein Parfüm oder Duftstoffe vor Nicht-Maharim
◯ Kein Make-up oder auffällige Schminke, wenn ich das Haus verlasse
◯ Kein Schmuck oder Verzierung am Hijab
Keine verführerische Gangart oder Stimme

Verhalten im öffentlichen Raum

◯ Ich stelle mich nicht zur Schau oder präsentiere mich unnötig in der Öffentlichkeit oder in sozialen Medien.
◯ Ich gehe bewusst in die Öffentlichkeit und halte mich an die islamischen Werte, statt mich zur Schau zu stellen.

Checkliste

Schritt für Schritt zum Hijab

Innere Haltung

- ◯ Ich trage den Hijab nicht nur aus gesellschaftlichem Druck, sondern aus wahrer Überzeugung und Liebe zu Allah.
- ◯ Ich bemühe mich, meine Taten und meinen Hijab mit Demut und Hingabe zu leben, um Allahs Zufriedenheit zu erlangen.
- ◯ Ich versuche, mich in Geduld und Dankbarkeit zu üben, auch wenn ich Herausforderungen begegne.

Regelmässig Reflexion uind Dua

- ◯ Ich reflektiere regelmäßig, ob mein Hijab und mein Verhalten im Einklang mit den Geboten Allahs stehen.
- ◯ Ich mache Dua, dass Allah mir hilft, den Hijab richtig zu tragen und mich immer näher zu Ihm zu bringen.

Integration des Hijabs in den Alltag

- ◯ Ich sorge dafür, dass meine täglichen Aktivitäten (Arbeit, Studium, Freizeit) im Einklang mit dem Hijab und meinen islamischen Prinzipien stehen.
- ◯ Ich schaffe Raum für Hobbys und Aktivitäten, die mein spirituelles und persönliches Wachstum fördern und gleichzeitig den Hijab respektieren.

Abschlussworte

Am Ende dieser Reise möchten wir uns daran erinnern, dass der wahre Weg im Leben nicht immer der einfachste ist, doch er ist der einzig wahre Weg für die Gläubigen, die mit reinem Herzen und aufrichtiger Absicht dem Pfad Allahs folgen. Der Hijab und alle anderen Gebote und Prinzipien des Islams sind nicht dazu da, uns zu beschränken, sondern uns zu befreien – von den falschen Vorstellungen der Gesellschaft und den Verlockungen dieser Welt.

Allah hat uns mit Weisheit und Barmherzigkeit gesegnet und uns einen klaren Weg gezeigt, wie wir unseren Alltag und unsere Entscheidungen im Einklang mit Seinem Willen gestalten können. Der Hijab ist mehr als nur ein äußerliches Zeichen; er ist ein innerer Akt der Hingabe und des Glaubens. Es ist eine Erinnerung an die wahre Bedeutung des Lebens – Allahs Zufriedenheit und das Streben nach dem Paradies.

In sha Allah, jeder Schritt, den wir machen, führt uns näher zu unserem Ziel – einem Leben voller Glauben, Frieden und der Liebe Allahs.

In der Hoffnung, dass wir alle in Jannah aufatmen werden und eines Tages über unsere Sorgen lachen, die wir hier auf Erden einst so tief empfunden haben.

Ich hoffe, dass dieses Buch eine kleine Bereicherung für dein Herz war und dass du, mit Allahs Erlaubnis, etwas Ruhe finden konntest von all den Strapazen, die du in deinem Leben erfahren hast.

Denke niemals, dass du nicht gut genug bist, und ebenso denke nie, dass du vollkommen genug bist. Du kannst immer besser werden, aber auch schlechter. Strebe stets danach, dich zu bemühen, doch erwarte nicht, perfekt zu sein. Das gilt auch für die Erwartungn zu deinem Nächsten.

Der Islam ist eine Lebenseinstellung, die wir alle, so gut es geht, gemäß der Anleitung ausführen. Sei nun du diejenige, die dieses Buch an andere weitergibt.

Teile diese PDF in den sozialen Medien, an Freunde und Verwandte damit möglichst viele Geschwister davon profitieren können und auch du damit Belohnung sammelst. Möge es eine Sadaqa Jariyya sein, in der Hoffnung, dass sich die Ummah bessert und du im Grab weiterhin von guten Taten profitierst.

Möge jede Schwester, die den Weg des Hijabs und der Bedeckung geht, mit Geduld und Entschlossenheit erfüllt sein. Möge sie niemals den Wert ihrer Taten und die Belohnung, die sie von Allah erwarten kann, vergessen. Und möge sie in allem, was sie tut, nach der Wahrheit suchen und ihre Taten mit einem aufrichtigen Herzen und einer reinen Absicht ausführen.

Möge Allah uns allen helfen, den richtigen Weg zu finden, und uns in unseren Bemühungen unterstützen, Ihm näher zu kommen. Möge Er uns die Stärke geben, unsere Ängste und Zweifel zu überwinden und uns in unserem Glauben zu festigen.

Wir alle sind eine Hoffnung für die Ummah. Jeder einzelne von euch.

Allahumma Amin.

NOTIZEN

NOTIZEN

NOTIZEN

NOTIZEN

NOTIZEN

NOTIZEN

NOTIZEN